

# Luftig hverdagsbrød med verdens beste skorpe



Dette brødet, ass. Veldig enkelt å lage, ubeskrivelig godt. Og skorpen er faktisk så digg at om den var på Tinder, så hadde jeg sveipa til høyre og datet den. ☐

## Du trenger:

*3,25 dl melk*

*35 g meierismør*

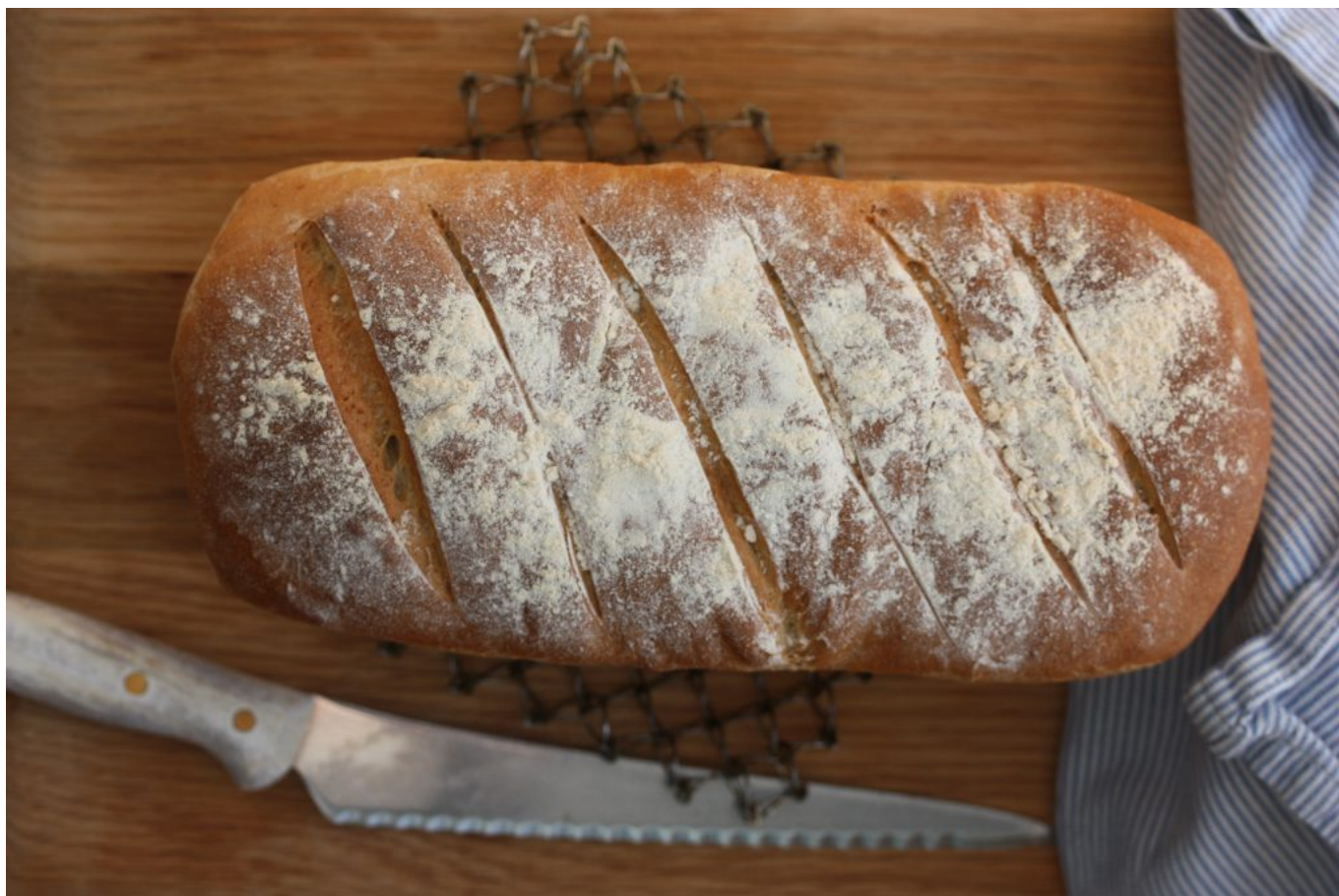
*1 ss honning*

*6 g salt*

*1 pose tørrgjær*

*100 g sammalt speltmel eller hvetemel*

*400 g siktet hvetemel*



### **Slik gjør du:**

Smør en brødform med smeltet smør og kle den med bakepapir i bunnen. Sett til side.

Ha smøret i en liten kjele og smelt det på lav varme. Tilsett honning og melk og varm forsiktig blandingen til den er lunken, ikke varm. Ha det sammalte melet, gjæren, saltet og mesteparten av hvetemelet (hold igjen en dl) i en eltebolle. Bland raskt. Hell over den lunkne væsken og elt i fem minutter (10 minutter om du gjør det for hånd). Hvis deigen virker klissete tilsetter du litt og litt av den siste desiliteren med mel til deigen «slipper kanten av bollen». Når deigen er ferdig eltet dekker du bollen med et rent kjøkkenhåndkle og setter den til heving i ca en time eller til dobbel størrelse. Så har du deigen på benken og knar den raskt sammen slik at du «slår luften ut av den». Form deigen til en avlang pølse som passer oppi brødformen og legg deigen i formen. Dekk på nytt med kjøkkenhåndkle og la etterheve i ca en time. Sett ovnen på

200 grader (vanlig over- og undervarme). Strø litt mel over brødet (kun til pynt) og snitt brødet på skrå med en sylskarp kniv. Stek brødet midt i ovnen i ca 35 minutter eller til brødet er gyllent og har en hul lyd når du banker på det. Tipp brødet ut av formen og avkjøl på rist.

Kos deg.





---

# Saftig speltbrød i langpanne



I dag vil jeg si noe om flokken min. For jeg kan som alenemamma til tre bare erkjenne: jeg hadde vært fortapt uten en flokk.

Hvem skulle lånt meg gjær når jeg går tom? Eller delt skruer og verktøy og en hjelpende hånd? Hvem ville lekt med Iben når jeg vasker huset eller passet barna når jeg må puste litt? Hvem hadde tatt vare på gutta mine når jeg er travel og hørt på meg når jeg er trist?

Kjære flokk, dere vet hvem dere er. Og jeg er evig takknemlig.

Og mens vi snakker om flokk! Dette saftige brytebrødet er enkelt å lage og metter mange. Anbefales!

## **Du trenger:**

*2,5 dl melk*

*2,5 dl vann*

*50 g gjær*

*2 ts salt*

*1 msk honning*

*1 ss appelsinjuice*

*9 dl siktet speltmel*

*3 dl sammalt speltmel*

*smeltet meierismør til å smøre langpannen*

## **Slik gjør du:**

Ha melk og vann i en gryte og varm forsiktig opp til det er lunkent/fingervarmt. Ha væsken over i en eltebolle og tilsett gjær, honning, salt og appelsinjuice. Ha i melet og elt deigen i tre til fire minutter. Deigen er ganske løs og klissete. Dekk bakebollen med et håndkle og la heve i ca 30-40 minutter. Sett ovnen på 225 grader, over- og undervarme. Finn frem en langpanne på 30×40 cm og smør bunn og kanter raust med meierismør. Tipp den hevede deigen oppi og klapp den jevnt utover med hendene dine. Et tips er å ta litt olje på henda først. Dekk langpannen med et håndkle og la etterheve i 30 minutter. Dypp en deigskrape i litt olje og tur opp stykker, NB dytt den nesten igjennom deigen, men ikke helt igjennom. Strø over litt mel om du vil. Stek brødet midt i ovnen i ca 17 minutter eller til brødet er gyllent og har en hul lyd når du banker på det. Ha brødet over på en rist og la det avkjøle der. Bryt av en bit og spis det med smør og brunost.

Kos deg. ☐

ps. Dette brødet kan fint fryses.





---

**Gratinert hvitløksbrød i  
langpanne**



Det er søndag. Jeg ligger i en seng, på et soverom (med skråtak), i en hytte, på Sørlandet, ved sjøen, i Norge, i Europa, i verden, i Melkeveien, Universet.

Fra vinduet mitt i rommet med det skrå taket (i hytta, på Sørlandet osv) hører jeg regnet slå mot ruta. Det regner mye.

Og i senga mi (i soverommet (med skråtak), i en hytte osv) tenker jeg på livet.

Mitt.

Jeg tenker på at i universet, i Melkeveien, i verden, i Europa, I Norge, ved sjøen, på Sørlandet, i en hytte, på et soverom (med skråtak) er jeg bare en liten regndråpe blant uendelig mange andre som har dryppet, drypper og skal dryppe ned fra himmelen og lande på jorda (i Melkeveien osv).

Hva skal det bli av meg? Vil jeg hoppe i det store havet? Lande ensomt på et stille svaberg? Treffe et tre? Skli ned en



fargerik paraply? Eller slukke noens tørst?

Hvordan skal jeg bruke min avmålte tid i Melkeveien, Universet og ikke minst i senga, i soverommet (med skråtak) osv? Du skjønner sikkert tegninga.

Og mens jeg tenker på det skal noen andre regndråper få bli til et deilig hvitløksbrød i langpanne. Tro meg, det finnes verre skjebner. ☐

### **Du trenger:**

### **Til deigen:**

*25 g fersk gjær eller 0,5 pose tørrgjær*

*2 ½ dl lun kent vann*

*2 ss solsikkeolje*

*1 ts salt*

*6 dl siktet hvetemel*

### **Topping:**

*4 ss solsikkeolje*

*3 fedd hvitløk, finhakket*

*ca 150 -200 g revet ost*

*2 ss finhekket basilikum eller persille*

*evt litt havsalt til å strø over*

### **Slik gjør du:**

Ha vann og gjær i en eltebolle og rør raskt rundt. La stå et par minutter før du har i olje, salt og 5 mel. Elt deigen i 5 minutter. Legg et bakepapir på kjøkkenbenken. Ha deigen over på bakepapiret og kjevle den ut til den er ca 0,5 cm tykk. Dra papir og deig over på stekebrettet. Alternativt kan du ha litt mel rett på benken og kjevle deigen ut der før du løfter den over på bakepapir/stekebrett.

La heve under plast i 45 minutter.

I mellomtiden blander du olje, hvitløk og urter. Funn frem revet ost. Sett ovnen på 250 grader.

Dytt hull med fingrene i det ferdig hevede brødet. Ringle/pensle over olje og strø over ost og evt litt havsalt.

Stek brødet midt i ovnen i 13-15 minutter. Avkjøl brødet på rist.

Skjær i passe stykker og kos deg.

Oppskriften har jeg fra Hembakat



# Halvgrovt hvitløksbrød med ost



Det er søndag. Igjen. Nok en uke skled gjennom fingrene mine som sand. *Så mye hadde jeg, så mye ga jeg bort, så mye fikk jeg igjen.* Hvor blir tiden av? Sanden renner så raskt gjennom timeglasset! Hvordan rakk bladene springe ut? Jeg synes akkurat jeg vasset i slaps og snø. Og hvordan ble barna mine så store? Jeg må skynde meg å ta hendene deres og holde dem igjen. Ikke så fort, skal jeg si. Husk å se deg for!

Likevel vet jeg dette. At tiden venter ingen på. Og spesielt om morgenen! Så derfor elsker jeg å ha hvitløksbrød på lur. Funker som en kule i matboksen. ☐





## **Du trenger:**

(2 små brød)

## **Til deigen:**

2 ss sukker

1 pose tørrgjær

2,5 dl lun kent vann

2 dl sammalt speltmel (evt hvete)

4-5 dl siktet hvetemel

1 ts salt

1 ss olivenolje

## **Hvitløkssmør:**

100 g mykt meierismør

3 ss finhakket persille

3 fedd hvitløk, knust

1 klype salt

2-3 dl revet ost

## **Slik gjør du:**

Smør to springformen, 20-22 cm i diameter.

Ha vann, gjær, sukker, olje og salt i en eltebolle. Ha i det grove melet og ca halvparten av det siktede hvetemelet. Elt deigen mens du gradvis tilsetter resten av melet. Deigen skal "slippe bollen". Hev deigen under plast i ca 40 minutter.

I mellomtiden lager du hvitløkssmør. Rør sammen alle ingrediensene i en liten bolle og sett til side.

Del deigen i to like store emner. Kjevle det ene emnet til et rektangel og fordel halvparten av smøret jevnt utover deigen. Strø over halvparten av osten. Rull sammen på langsiden til en pølse og legg den som en sirkel i springformen. Klipp eller skjær kutt i deigen som om du skulle skive den, men ikke skjær helt ned. Dra hver skrive til annen hver kant så den ligner

litt på en klippekringle. Gjenta med den andre delen av deigen.

Etterhev brød under plast i 30 minutter.

Sett ovnen på 200 grader. Når brødene er ferdig hevet, steker du dem midt i ovnen i ca 20-25 minutter til de er gylne og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.

Kos deg.



---

**Verdens beste brytebrød!**





Hallo? Vet du hva? At det går an! Tenk at bare ved å rive litt gulrot og slenge sammen noen få ingredienser, så blir du belønnet med et saftig, mykt og vanvittig smakfullt brød! Og i denne oppskriften trenger du ikke en gang skitne til kjøkkenbenken din med deigrester som er vanskelig å vaske bort. Det er bare å slenge deigen rett i langpannen og snitte deigen i biter før du etterhever den. Enkelt og VELDIG godt. ☐

#### **Du trenger:**

*1 pk tørrgjær*

*5 dl lunken melk (jeg pleier å lunke den i en gryte)*

*½ dl rapsolje eller annen nøytral olje*

*3 dl finrevet gulrot*

*1 ts salt*

*½ dl honning*

*1 dl havregryn*

*ca 12,5 dl siktet hvetemel*

*gresskarkjerner og havsalt, til å strø over*

## Slik gjør du:

Du trenger en liten langpanne på ca 28×40 cm. Kle den med bakepapir.

Ha alle ingrediensene i en eltebolle og elt deigen godt i ca fem minutter. Det gjør ingenting at deigen er litt klissete. La deigen heve under plast i ca 50 minutter. Bruk en slikkepott og tipp deigen over i langpannen. Ha litt mel på hendene og klapp deigen jevnt ut i formen. Prikk deigen overalt med en gaffel og bruk en deigskrape eller lignende til å dele leiven i ca 24 ruter. Etterhev under plast eller rent håndkle i omtrent 30 minutter. Forvarm ovnen til 225 grader. Pensle brødet med litt vann og strø over havsalt og gresskarkjerner. Stek brødet midt i ovnen i ca 18 minutter, brødet er ferdig når det er gyllent og har en hul lyd når du banker på det. Avkjøl på rist. KOS DEG.



Oppskriften har jeg fra Tidningen Hembakat

---

## Krabbesandwich (perfekt til "Afternoon tea")



Jeg er brakkesjuk. Jeg er så brakkesjuk som bare en sliten trebarnsmamma kan være etter å ha vært sperret inne med en febersyk liten snupp. Jeg vil ut! Jeg vil leve litt! Det trenger ikke være stort. Ingen fallskjermhopp eller Hvithai-dykking. Kanskje bare en tur til London eller i det minste en hyggelig ettermiddag på Bristol med noen venninner. Der serverer de nemlig Afternoon tea og det er min all time favorite! I mellomtiden får jeg heller lage min egen supergode krabbesandwich. OG være takknemlig for den lille kroppen som



mest av alt i hele verden bare vil ligge i mitt fang. Er ikke dårlig bare det. ☐

**Du trenger:**

*200 g hvitt krabbekjøtt*

*6 ss majones*

*finrevet skall av ca 1 sitron+en skvis sitronsaft*

*en håndfull gressløk, finhakket*

*9 skiver godt brød*

*0,5 agurk, skåret i tynne skiver på en osthøvel*

*nykvernet pepper*

*evt salt*

**Slik gjør du:**

Rør sammen krabbe, majones, sitronskall, gressløk og smak til med sitronsaft, pepper og evt litt salt.

Smør brødsnivene med smør. Fordel krabbeblandingen på 3 av brødsnivene. Legg brødsniv på toppen av krabberøra med smørsiden opp. Fordel agurkskiver over der igjen og avslutt med brødsniv, smørsiden ned. Skjær vekk skorpene (frivillig) og del i to slik at du får seks trekant.

KOS DEG.

Oppskriften fant jeg hos BBC good food



---

**Sunt og sukkerfritt bananbrød  
(med Natreen)**



## ANNONSE

Det er november. Jeg kjenner mange som ikke liker november, de sier den er grå og trist og kjedelig. Men det synes ikke denne frua! Jeg liker november. Denne litt unnselige måneden fyller jeg med stearinlys, blomster, gode venner, friske kveldsturer og så velter jeg meg i nedtellingen til jul. Dessuten er det ikke slik at alt som SER litt kjedelig ut faktisk ER kjedelig. La oss bare ta dette bananbrødet. Kanskje ikke så elegant akkurat, men det SMAKER utrolig godt! Dessuten kan du verken se eller smake at det er både sukkerfritt, sunt og grovt. Helt legitimt å kose seg hele november med bananbrød bakt med [Natreen!](#) ☐

### **Du trenger:**

(Ett brød)

*4 godt modne bananer*

*2 egg*



1 dl olivenolje

0,5 dl kefir

frøene fra 1 vaniljestang

1 ts kanel

1 ts bakepulver

1 ts natron

1 klype salt

4 ss [Natreen](#) strø

2,5 dl siktet speltmel

2,5 dl sammalt speltmel

1 dl valnøtter, hakket



## **Slik gjør du:**

Sett ovnen på 160 grader.

Smør og kle så en brødform som rommer 1,5 liter med bakepapir. Min er ca 11x22 cm i bunnen.

Mos bananer godt med en gaffel og rør inn eggene. Tilsett vaniljefrø, olje og kefir og bland sammen.

Sikt melet i en bolle, ta med det grove fra melet som blir igjen i silen og tipp det oppi melet. Ha natron, Natreen, bakepulver, valnøtter, salt og kanel i melet og tilsett alt i bananblandingen. Rør til alt er blandet.

Hell røra i brødformen og jevn ut toppen med en slikkepott.

Stek midt i ovnen i ca 55 minutter. Bananbrødet er ferdig når det er gyllent og har en hul lyd når du banker på det. La hvile fem minutter i formen før du forsiktig hvelver brødet over på rist. (Tips: Bruk bakepapiret til å løfte brødet ut av formen).

Avkjøl på rist.

Kos deg.



---

**Enkle baguetter med fetaost,  
oliven og soltørket tomat**





Hei og god onsdag!

I dag skal du få en superenkel, og veldig god oppskrift av meg. Du trenger ikke elte deigen og baguettene er perfekte å fryse ned. Du kan også sløyfe fetaost, oliven og soltørket tomat og lage dem som klassiske baguetter.

Nydelig tilbehør til høstmiddagen eller gode med pålegg. ☐

**Du trenger:**

(2 baguetter)

*25 gram fersk gjær (tørrgjær går an, ca en halv pakke da)*

*1 ts salt*

*1ss honning*

*3 dl fingervarmt vann*

*1,5 dl durumhvete, kan erstattes med vanlig siktet hvetemel eller spelt*

*5,5 dl siktet speltmel eller hvete*

*4 store grønne oliven, mine var fylt med paprika*

*ca 35 g fetaost i olje*

*2 ss soltørket tomat, finhakket*

*2 ss olje (gjerne fra fetaosten)*

*litt havsalt til å strø over*

Smuldre gjær i en bakebolle, ha i salt, olje og honning. Hell opp i litt av vannet og rør ut gjæren. Tilsett resten av vannet, fetaost, oliven og soltørket tomat. Bland kjapt. Ha i melet og rør til en løs deig. Sett til heving under plast i 1-2 timer på et lunt sted.

Kle et stekebrett med bakepapir.

Sett ovnen på 260 grader. Hell deigen ut på et godt melet bakebord. IKKE ELT DEIGEN!

Del deigen forsiktig i to like store deler med en skarp kniv. Viktig at så lite som mulig av luften går ut av deigen. Ta en del deig og form den til en avlang baguett ved å vri den som en spiral. De blir litt ujevne og dekket av mel, men det er bare fint. Løft forsiktig over på stekebrettet. Gjenta.

Pensle med litt vann og strø over litt havsalt (kan sløyfes).

Stek baguettene straks i ovnen på 260 grader i 15 minutter. Skru ned ovnen til 150 grader og stek videre i 12-15 minutter. Avkjøl på rist.

Kos deg.



---

**Luftige cheddarsnurrer med jalapeño og sprøstekt bacon**





Det er høst! Og vet du hva som er fint om høsten? Suppe. Og vet du hva som er godt til suppe? Nybakte cheddarsnurrer. Og vet du hvordan du lager dem?

Sånn!

**Du trenger:**

(12 stk)

**Til deigen:**

*1,25 dl vann*

*1,25 dl melk*

*0,5 pk gjær*

*2 ss sukker*

*1 ts salt*

*1 egg*

*4 ss olivenolje*

*8 dl siktet speltmel (hvis du bruker hvetemel kan det hende du trenger litt mindre mel)*

**Fyll:**

*4 rause ss creme fraiche*

*1-2 ss finhakket jalapeno (litt avhengig av hvor sterk mat du liker)*

*2 ts løkpulver (finnes i krydderhylla i butikken)*

*200 g revet cheddarost (NB Spar ca 50 g til toppen)*

*ca 150 g bacon i skiver*

*olivenolje til pensling*



### **Slik gjør du:**

Ha alle ingrediensene til deigen i en eltebolle og elt deigen i 10 minutter. Dekk bollen med plast og la deigen heve i ca en time.

Sprøtek bacon i langpanne kledd med bakepapir. 200 grader midt i ovnen i ca 10-15 minutter. Følg med. La renne av på kjøkkenpapir.

Bland creme fraiche, jalapeno og løkpulver i en liten skål.

I mellomtiden kler du bunnen av en springform (28 cm i diameter) med bakepapir og smører kantene med olivenolje.

Sett ovnen på 180 grader.

Når deigen er ferdig hevet, har du den på benken og knar den lett sammen. Ha litt mel på benken. Kjevle til et rektangel på ca 38×48 cm. Smør et jevnt lag med creme fraiche-blandingen over deigen og strø over 150 g av osten og bacon. Rull sammen



fra langsiden og skjær i 12 like tykke skiver. Legg med snittsiden ned i formen, 9 rundt og 3 i midten. La heve i 30-40 min under plast.

Pensle så med litt olivenolje og strø over resten av osten. Stek midt i ovnen i ca 20-25 minutter. Snurrene er ferdige når de har en gyllen farge og har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist.

KOS DEG.





---

# Loff med svenske kjøttboller og pesto: hverdagsmat fra Gallerian Strømstad

ANNONSE



Det er torsdag, det er august og sommerferien synger på siste verset. Lite visste jeg at alle dagene som gikk var selve fellesferien! Heldigvis var jeg på en liten utenlandsreise allerede i mai, så moroa startet tidlig. Da var jeg nemlig på bloggtur til [Strømstad](#) med denne fine gjengen:





Fra venstre: Helle fra Helles Kitchen, Nina fra Idebank for småbarnsforeldre (med sine to døtre) og Iben og meg. Foto Igor Nilsen

For selv om det ikke tar lang tid å kjøre over grensen, så blir jeg alltid gledelig overrasket over følelsen av at Sverige er ganske eksotisk (for en enkel nordmann som meg).

På bloggturen besøkte vi Gallerian kjøpesenter og aller mest tid tilbrakte jeg selvfølgelig i den fantastiske matbutikken, [Strømstad mat](#). Stort økologisk utvalg til en billig penge og alt du kan ønske deg av både hverdagsmat og luksusråvarer. Du kan lese mer om både hva jeg kjøpte og mat jeg har laget [her](#) og [her](#).



Sallader





Nå som hverdagen kommer snikende er det digg å fylle kjøkken og kjøleskap med sunn og billig hverdagsmat og ikke minst begynne å planlegge matpakker og middager som ikke tar all verdens tid. Et godt og lettvent forslag er dette enkle brødet toppet med økologiske svenske kjøttboller. Deilig som tilbehør til salater, supper eller som en rett i seg selv. Server med god majones, pesto eller det du liker best. Og restene? De slenger du i matpakkene til dagen etter! ☐



**Du trenger:**

**Til brødet:**

(2 små brød)

*3,5 dl lunkent vann*

*25 g fersk gjær*

*8,5 dl hvetemel*

*2 ss olivenolje + 0,5-1 dl ekstra til å ringle over brødet*

*1 ss honning*

*1 ts salt*

*ca 10-12 økologiske svenske kjøttboller*

*litt havsalt*





### Til pestoen:

*1 liten håndfull økologisk basilikum*

*1 liten håndfull økologisk bladpersille*

*1 hvitløksfedd, hakket*

*4 ss olivenolje*

*1 ss ristede pinjekjerner*



*0,5 dl revet parmesan*

*litt salt og nykvernet pepper (smak deg frem)*

### **Slik gjør du:**

Kjør alle ingrediensene til pestoen glatt med en stavmikser eller knus alt i en morter.

Ha vann, olje, honning og salt i en bolle og bland lett. Rør inn melet til en ganske løs deig. La heve under plast i ca 40 minutter. Legg bakepapir på to stekebrett (evt ett om du lager ett stort brød) og fordel halvparten av deigen på hvert brett. Ringle over olje, strø over litt havsalt og dytt kjøttbollene ned i deigen.

Sett ovnen på 250 grader.

Etterhev brødet i 12-15 minutter. Stek brødet midt i ovnen i ca 15 minutter. Brødet skal være gyllent og ha en hul lyd når du banker på det. Avkjøl brødet på rist. KOS DEG.



---

# Pizzafocaccia



Pizzafoccacia? Det er selvfølgelig det fantastiske resultatet du får når du blander pizza med foccacia. For hvem kan vel stå i mot et luftig foccaciabrød toppet med ditt favoritt pizzatilbehør? Ikke jeg hvertfall! Og sikkert ikke du heller. Bare prøv. ☐



**Du trenger:**

(nok til en liten langpanne)

**Til brødet:**

*4 dl vann, bruk lunkent vann (37 grader)*

*1 pose tørrgjær*

*1-2 ss olje*

*1 ts salt*

*1 ts sukker*

*8 dl hvetemel*

*ca 1 dl solsikkeolje til smøring av langpanne*

**Topping:**



*ca 0,5 pakke pepperoni*

*ca 1 dl tomatsaus*

*0,25 rødløk i skiver*

*3 dl revet ost*

*1 dl basilikumolje (se oppskrift under)*

*havsalt til å strø over brødet, jeg bruker Maldon salt*

**Hvitløk – og basilikumolje:**

*ca 10 blader basilikum*

*1 stort fedd hvitløk*

*ca 1 dl solsikkeolje*



## **Slik gjør du:**

Ha alt det tørre i en bolle før du tilsetter vannet og rører raskt rundt med en sleiv. Det er IKKE nødvendig å elte. Når deigen er rørt sammen, setter du den til heving under en plastpose. Jeg pleier å si at deigen skal heve til dobbel størrelse, men hvor lang tid dette tar avhenger av hvor mye gjær du har brukt, samt temperaturen på vannet. Ca 30-40 minutter. Det neste steget nå er å smøre langpannen du skal bruke. Jeg pleier å dynke den med olje, men det hender fortsatt at brødet setter seg litt fast. I såfall tar jeg bare en stekespade og hjelper det løs. Når pannen er smurt, heller du bare den ferdig hevede deigen rett i formen og klapper den utover med hendene dine. (Kan være smart å ha litt olje på hendene først;).

Mens deigen etterhever, lager du basilikumoljen. Ha hvitløk, olje og basilikumblader i en stavmikserbolle og kjør til en glatt olje med stavmikser.

Sett ovnen på 230 grader.

Når deigen er ferdig etterhevet, fordeler du peperoni, ost, tomatsaus og løk over deigen. Dytt alt forsiktig litt ned i deigen slik at deigen får noen groper. Avslutt med å ringle over basilikumolje og strø over litt havsalt.

Stek hele herligheten midt i ovnen i ca 25-30 minutter. Brødet er ferdig når det er gyllent og har en hul lyd når du banker på det.

Avkjøl på rist og KOS DEG.



---

**Mine beste morgenbrød!**





**I. Dag. Våknet. Babyen. Min. Fem.**

**Fem.**

**Det. Er. Ikke. Greit.**

**Det. Er. Altfor. Tidlig.**

**Hva. Gjør. Man. For. Å. Få. Tiden. Til. Å. Gå. Når. Man.  
Våkner. Fem.**

**Man. Baker. Sykt. Gode. Brød.**

**Og. Tenker. På. At. Alt. Går. Over.**

**Spiser. Brød. Med. Smør.**

**Vekker. Mannen.**

**Og. Legger. Seg. Og. Sover.**

**Du trenger:**

(2 brød)

*1 pose tørrgjær*

*6 dl lunkent vann*

*2 ts salt*

*2-3 ss mørk sirup*

*3 ss mykt meierismør*

*3,5 dl siktet rugmel*

*12,5 dl siktet hvetemel*

Ha alle ingrediensene i en eltebolle og elt deigen i 10 minutter.

Kle to brødformer med bakepapir.

Ha deigen på benken og form til to avlange emner. Legg emnene over i brødformer, strø evt over litt mel og sett dem midt inn i en KALD stekeovn. Skru ovnen på 200 grader og stek i 50 minutter. Brødene hever i ovnen mens temperaturen stiger. Ta brødene ut av formene og avkjøl på rist. KOS DEG.



---

**Vanvittig**

**gode**

# hvitløksbaguetter!



I riktig gamle dager, da jeg ennå bare var en ung studine, laget jeg meg en liste over kriteriene min fremtidige ektemann skulle ha. Listen gikk omtrent som følger (sikkert mye jeg har glemt):

- snill
- høy (jeg er tross alt nesten 1,80)
- kjekk
- morsom
- musikalsk (pluss i boken for gitarspilling)
- helst tro på Gud (eller hvertfall respektere at andre gjør det)



– må like god mat og HVITLØK

Da jeg traff han jeg er gift med nå, kunne jeg til min store glede raskt kvittere av på disse punktene, inkludert gitarspilling. I ettertid viste det seg at det med gitaren dessverre bare var et sjekketriks..

Men heldigvis har jeg hvitløken! Den skal ingen ta fra meg.



**Du trenger:**

(4 baguetter)

*4 dl lunkent vann*

*25 g gjær*

*1 ss honning*

*2 ts maldonsalt*

*100 g speltmel*

*100 g durumhvete+100 g ekstra til utbaking*

*300 g siktet hvetemel*

*2 ss olivenolje*

### **Hvitløkssmør:**

*100 g smeltet meierismør*

*2 fedd finhakket hvitløk*

*1 ts tørket timian*

### **Topping:**

*Maldonsalt*

### **Slik gjør du:**

Løs opp gjæren i vannet i en eltebolle og tilsett honning, olivenolje og salt. Ha i speltmel, 100 g durumhvete og hvetemel og elt deigen i 15 minutter. Sett til heving under plast i ca 60 minutter.

I mellomtiden blander du smeltet smør, hvitløk og timian.

Dekk er stekebrett med bakepapir.

Når deigen har hevet en time har du en raus mengde durumhvete på benken og tipper deigen oppå melet. Vend deigen, slik at du har mel både oppå og under.

Skjær deigen i fire like store deler med en skarp kniv. Dra/klapp hvert emne ut til en flat og avlang pølse, (omtrent like lang som stekebrettet) og legg på stekebrettet (på langs). Pensle med hvitløkssmør og snurr/tvinn brødene til lange spiraler. Prøv å behold så mye som mulig av smøret inne i spiralen. Gjenta med alle fire emnene og dekk med et rent kjøkkenhåndkle. La etterheve i 30 minutter. Sett ovnen på 220 grader. Når baguettene er ferdig hevet, pensler du dem med

resten av smøret og strør over maldonsalt. Stek midt i ovnen i ca 20 minutter eller til gylne og de har en hul lyd når du banker på dem. Avkjøl på rist. KOS DEG.



---

## **Luftig brød med Hapå, kanel og crumbletopping!**

ANNONSE





Har du noen gang opplevd det før? At en lukt, lyd eller et sted øyeblikkelig river deg med til en hendelse, en annen tid eller sinnstemning? Jeg har det sånn hele tiden. Jeg kan sitte i bilen og ane fred og ingen fare og så BÆM! En gammel slager spilles på radioen og jeg er 15 år igjen, med stållugg (les: lugg som står rett opp stiv av hårspray), altfor korte bukser og uhemmet gauler jeg hele sangteksten (som jeg ikke ante at jeg fortsatt kunne utenat) til mine barns store gremmelse. Eller hva med lukten av hav og nyslått gress som umiddelbart frembringer følelsen av første sommerferiedag og bare føtter?

Det samme skjer når jeg hører bestemte ord. Da smeller assosiasjoner inn i hjernen min som fargesprakende nyttårsraketter! Sier for eksempel noen "Hapå", tenker jeg alltid på den reklamen med en dame som roper: "NYBAKT BRØD MED HAPÅ!" (Selv tonefallet inni hjernen min er identisk). Så når jeg fikk i oppdrag av Kavli om å lage en oppskrift med dette pålegget, som jeg alltid spiste som barn (og som fortsatt havner på brødsleven), var det helt naturlig å lage nettopp

det. Et nybakt brød med crumbletopping og Hapå og kanel i svingene. Kjempe godt! ☐





**Du trenger:**

(Ett brød)

*ca 5,5 dl hvetemel*

*0,5 dl sukker*

*0,75 dl melk*

*0,5 dl vann*

*55 gram smeltet smør*

*0,5 pakke tørrgjær*

*2 egg*

*0,5 ts salt*

**Fyll:**

*ca 0,5 glass Hapå*

*1 ts kanel*

**Crumbletopping:**

*0,5 dl mel*

*0,25 dl sukker*

*1 ss havregryn*

*0,25 dl hakkede hasselnøtter*

*30 g kaldt meierismør i terninger*

*0.25 ts havsalt*

*1 sammenspet egg til pensling*

**Slik gjør du:**

Finn frem en brødform som rommer 1,5 liter, min form måler 11x31x6,5 cm. Smør formen med smeltet smør og kle den så med bakepapir. Smøret gjør at papiret fester seg tett inntil formen.

Smelt smøret på lav varme og ha i melken og vannet. Sjekk temperaturen på væsken med fingeren din. Den skal kjennes lunken. Virker den varm, lar du den avkjøle seg litt først. Ha så alle ingrediensene til deigen i en eltebolle med væsken og elt i ca fem minutter. Legg deigen til heving i en bolle dekket med plast, den skal heve til dobbel størrelse, ca 1 time.

Ha deigen på benken med litt mel. Kjevle deigen til et rektangel på ca 50x30 cm, prøv å få deigen til å ikke klistre seg til underlaget uten å bruke for mye mel. Smør Hapå utover deigen i et jevnt lag. Strø over kanel. Rull leiven sammen fra den korteste siden så du får en tett pølse. Legg pølsen over i brødformen og la heve under plast i ca 40 minutter.

I mellomtiden lager du toppingen:

Ha sukker, salt og mel i en skål og smuldre det kalde smøret ned i melblandingen til alt har en smulete konsistens. Bland inn nøtter og havregryn og sett i kjøleskapet mens brødet hever.

Sett ovnen på 175 grader.

Når brødet er ferdig hevet, pensler du det med egg og dytter/strør et jevnt lag med crumble på toppen og siden av brødet. Klapp forsiktig toppingen inntil brødet så det fester seg.

Stek brødet midt i ovnen i ca 35 minutter. Brødet er ferdig når det er gyllent og har en hul lyd når du banker på det.

Løft/tipp forsiktig ut av formen og over på en rist og la det avkjøles der. Skjær deg tykke skiver nybaktbrød med Hapå og

KOS DEG.

Hvis du vil ha flere oppskrifter med Hapå, finner du det her:

<http://www.kavli.no/hapakonkurranse>

Der kan du også lese mer om en spennende bakekonkurranse hvor du kan vinne en KitchenAid-maskin!







---

**Fylt buffetbrød med skinke,  
soltørket tomat og mozzarella**





Hvis du kjenner meg, så vet du det: Jeg er en hund etter høytider. Og 17.mai? 17.mai gleder jeg meg til hele året. Tradisjonen tro serverer jeg koldtbord på ettermiddagen, så nå har jeg begynt å fylle fryseren med godsaker. Dette brødet egner seg like bra til fest og konfirmasjon eller som tilbehør til salat eller suppe. Anbefales!

### **Du trenger:**

(et stort brød)

*25 gram fersk gjær/0,5 pose tørrgjær*

*3 dl lunkent vann*

*1 ss flytende honning*

*2 ss olivenolje*

*1 ts salt*

*ca 7 – 8 dl hvetemel*

**Fyll:**

*200 gram mozzarella, revet*

*200 gram røkt skinke, i strimler*

*ett lite glass marinerte soltørkede (cherry)tomater*

*fersk oregano, en liten håndfull*

*frisk basilikum, en liten håndfull*

*ca 1 ts tørket oregano*



Begynn med å smuldre gjær i en bakebolle (jeg bruker kjøkkenmaskin) og rør den ut i vannet. Tilsett honning, salt og olje og rør rundt. Så tilsetter du mel mens eltekloa går rundt til deigen slipper bollen eller ikke er for klissete. Det er aldri bra med for mye mel, men du skal kunne kjevle den, så den må kunne samarbeide. Hev deigen i 40 – 50 minutter



under plast, ha deigen på kjøkkenbenken (bruk litt mel) og kjelve så ut til et rektangel, deigen skal være ca 1 cm tykk. Fordel skinke, ost, tomat og urter over deigen. Rull deigen på langs til en pølse. Form til en runding og knip endene godt sammen. Legg med skjøten ned på et bakepapirkledd stekebrett og dekk med et rent håndkle. La etterheve ca 40 minutter og sett ovnen på 250 grader. Når brødet er ferdig hevet, setter du det midt i ovnen og skrur varmen ned til 200 grader. La steke i 28-30 minutter eller til det er gyllent og har en hul lyd når du banker på det. Avkjøl på rist. KOS DEG.

NB! EN PRAKTISK BESKJED: ALLE MINE E-POST-FØLGERE BLE DESSVERRE SLETTET I FORBINDELSE MED NY NETTSIDE, SÅ REGISTRER DEG PÅ NYTT DERSOM DU ØNSKER MINE OPPSKRIFTER RETT I INNBOKSEN. ☐

